

berita
GKMI

NO. 664 MEI-JUNI 2023

TAHUN LIIV ISSN: 0854-5448

Pancarkan Kasih

“Sama seperti Aku telah mengasihi kamu demikian pula kamu harus saling mengasihi.”

YOHANES 13:34B





Izin Terbit: 14 Februari 1974
No. 07/Khs/Dit.PP/II/1a/74

SINODE GKMI

Publisher

JANE ELENA

Editor in Chief

PDT. TIMOTHUS ADHI DHARMA

Content Advisor

JOHN WINSTON

Creative Director

KEZIA LOCANA

Art Director

BERNADETTE F SUTANTO

Designer

CHERYL CHRISTY

Designer

MARK RYAN SOLAIMAN

Journalist

SHEILA REBECA H.

Journalist

Alamat Redaksi (sementara):
Jl. Rambutan II no. 65, Semarang - 50249
+62 812 2181 7790
Email: bgkmi.info@gmail.com

Rekening "berita GKMI":
BCA 182 733 8222 a/n. Sinode GKMI

Redaksi menerima sumbangan naskah, karikatur, puisi dan dengan disertai foto copy KTP yang masih berlaku dan pas photo 4x6. Pandangan dan pendapat penulis tidak selalu sama dengan pandangan dan pendapat redaksi. Redaksi berhak mengubah susunan redaksional naskah. Majalah berita GKMI diterbitkan berdasarkan kasih karunia Tuhan yang disalurkan melalui persembahan, langganan dan pemasangan iklan.

“Terpujilah Allah, Bapa Tuhan kita Yesus Kristus, Bapa yang penuh belas kasihan dan Allah sumber segala penghiburan, yang menghibur kami dalam segala penderitaan kami, sehingga kami sanggup menghibur mereka, yang berada dalam bermacam-macam penderitaan dengan penghiburan yang kami terima sendiri dari Allah.”

2 KORINTUS 1:3-4

Shalom!

Tim bGKMI

Kepada pembaca BGKMI,

Tuhan Yesus datang ke dunia karena kasih-Nya bagi manusia. Begitu besar kasih-Nya hingga Ia rela mati di kayu salib untuk menebus dosa manusia. Namun terkadang, kondisi atau pengalaman hidup yang pahit membuat manusia lupa atau tidak sadar akan kasih itu. Kepahitan ini bahkan dapat menimbulkan trauma yang mengakibatkan orang menyakiti dirinya sendiri.

Narasumber-narasumber yang bekerja sama membentuk edisi ini akan membagi pengalaman dan pengetahuan mereka melalui berbagai macam trauma dan dampaknya pada kesehatan dan kehidupan diri atau sesama. Seperti kekerasan dalam rumah tangga yang menyebabkan diri merasa tidak dikasihi sehingga timbullah perasaan ingin bunuh diri. Maka dari itu, marilah kita pancarkan kasih yang sabar, murah hati, tidak cemburu, tidak sombong, tidak pemarah, tidak menyimpan kesalahan orang lain, tidak mencari keuntungan sendiri, dan tidak berkesudahan (1 Kor 13:4-8).

Bulan Mei dalam GKMI memperingatkan kita akan misi, yaitu bersaksi yang dapat diwujudkan melalui berbagai cara. PIPKA melakukannya dengan mengabarkan Injil kepada masyarakat di berbagai tempat yang belum mengenal Tuhan. Guru BK melakukannya dengan memberi bimbingan kepada murid mereka. Cara lain mewujudkannya adalah melalui tingkah laku dan perkataan yang memancarkan kasih Allah.

Terima kasih untuk doa dan dukungan pembaca bagi Berita GKMI. Mari pancarkan kasih Allah dalam hidup kita.

Daftar Isi



Artikel

- 06 Peranan Gereja dalam Merespons Fenomena Bunuh Diri
- 12 *I Am Worthy and Enough*
- 25 Tuhan Mengasihi dan Menerima Saya Apa Adanya
- 30 Layani Mereka Lawan Tindak Kekerasan
- 35 Membimbing Demi Masa Depan, Konseling Permasalahan Kini
- 40 Sediakan Waktu Agar Tak Lewatkan Momen Emas Anak
- 49 Bermisi Ala Mennonite
- 53 *One Stop Mission*
Asrama Pelajar PIPKA Putussibau

Berita

- 58 DNA Misi: Penginjilan dan Perintisan PIPKA dalam Memasuki Usia ke-58
- 64 *Deeper In Love to the Family*
HUT ke-65 GKMI Semarang dan Komisi Anak "Imanuel"
- 68 *Growing and Moving to Impact*
Raker BPH Sinode GKMI 2023
- 71 **Membangkitkan Kembali Persekutuan Youth Wilayah Dua**
Kebaktian Penyegaran Iman Youth PGMW II
- 75 *The Majesty of the Lord*
Lyric Writing Masterclass dan Song Writing and Vocal Contest 2023

Saat Teduh

- 80 Tempat Aman yang *Bikin Nyaman*



ARTIKEL

“Sebab TUHAN, Dia sendiri akan berjalan di depanmu, Dia sendiri akan menyertai engkau, Dia tidak akan membiarkan engkau dan tidak akan meninggalkan engkau; janganlah takut dan janganlah patah hati.”

ULANGAN 31:8



Peranan Gereja dalam Merespons Fenomena Bunuh Diri

Oleh: Dr. Siswanto, M.Si.

“Mahasiswi Baru Tewas Diduga Lompat dari Apartemen di Semarang.”

Berita di media CNN Indonesia siang itu dikirimkan oleh kolega ke *WhatsApp* saya. Kemudian menyusul berita-berita yang sama dari media lainnya. “Waduh!” jerit saya dalam hati.

Subjek pada berita tersebut adalah mahasiswa baru di kampus kami, dan kebetulan sayalah yang menjadi ketua kegiatan orientasi mahasiswa baru di universitas. Kejadian bunuh diri ini juga baru pertama kali terjadi di kampus kami. Berbagai macam kekhawatiran muncul, termasuk kemungkinan polisi melakukan penyelidikan di kampus untuk mendalami motif bunuh diri tersebut. Bisa saja proses orientasi mahasiswa baru ini dituduh menjadi dugaan motif mahasiswi stres lalu membuat keputusan nekat itu.

Peristiwa tersebut terjadi pada hari keempat kegiatan orientasi yang kami adakan. Berdasarkan keterangan panitia lainnya, mahasiswi yang bersangkutan masuk pada hari pertama dan kedua, lalu pada hari ketiga hanya masuk setengah hari dengan alasan sakit. Pada hari keempat, dia tidak masuk sama sekali. Kemudian kami membaca berita yang mengagetkan tersebut.

Sore hari itu, kami langsung mendatangi bagian jenazah di rumah sakit yang menangani untuk memastikan bahwa yang bersangkutan adalah betul mahasiswa kami. Parasnya cantik, kulitnya putih, tubuhnya tinggi karena memiliki darah campuran Indonesia dan Barat. Saya ingat pernah berpapasan dengannya ketika pergantian kelas orientasi. Kami pun menunggu keluarga yang bersangkutan datang. Namun karena baru bisa tiba di Semarang pada malam hari, akhirnya kami memutuskan untuk kembali ke kampus, membantu memulihkan trauma teman-teman kelompok yang sudah mengenal gadis ini.

Dugaan sementara, ia memutuskan untuk mengakhiri hidup karena bertengkar dengan pacarnya yang menjadi mahasiswa baru di kampus lain. Peristiwa ini terjadi di apartemen sang pacar. "Ah, andai kamu mau bertahan sebentar saja dan mengenal kami lebih dulu, mungkin keputusan mengakhiri hidupmu tidak akan kau lakukan," tangis saya dalam hati.

Saya dan teman-teman diminta untuk mengelola bidang kemahasiswaan, dan kami rindu menjadikan kampus kami sebagai tempat yang aman untuk semua civitas akademika yang ada di dalamnya, terutama para mahasiswa. Kampus yang mampu membantu mahasiswanya menjadi pribadi yang lebih sehat mental dan siap menjadi pemimpin di mana pun mereka berada. "*Joyful Learning*" atau belajar dengan penuh kegembiraan adalah slogan kami. Karena kami percaya bahwa pemimpin yang bermental sehat hanya bisa dibentuk dari suasana pembelajaran yang dipenuhi kegembiraan.

Kami telah membangun dan mengembangkan sarana prasarana yang membantu terwujudnya mimpi tersebut. Kami memiliki unit *student care* yang bertugas membantu mahasiswa yang bermasalah. Juga ada sesama mahasiswa yang dilatih untuk bisa mengkonseling temannya. Jika masalah yang dihadapi cukup berat, ada dosen di setiap fakultas yang bisa menjadi konselor.

Bahkan kalau lebih berat lagi pun ada psikolog yang siap membantu. Kami juga membuat satgas PPKS (Pencegahan dan

Penanganan Kekerasan Seksual) yang melakukan sosialisasi mengenai kekerasan seksual di kampus dan penanganannya. Selain itu poster, *flyer* informasi tentang kekerasan seksual, kekerasan dalam berpacaran, dan lain-lain kami munculkan di tempat-tempat strategis. Sedangkan sebagai sarana kami menyediakan ruang konseling, poliklinik, taman-taman dan ruangan-ruangan yang nyaman untuk kumpul-kumpul, dan juga CCTV yang memantau parkir dan tempat-tempat yang rawan.

Puji Tuhan, polisi tidak menyangkakan hal-hal buruk pada kampus. Mereka tahu dari aparat yang ditempatkan di area kampus, bahwa orientasi dipenuhi dengan kegiatan yang memancing kegembiraan. Tidak ada perploncoan oleh senior. Yang mengagetkan, ternyata bulan-bulan berikutnya ramai bermunculan berita-berita bunuh diri yang dilakukan mahasiswa di berbagai universitas!

Beberapa hari sebelum menuliskan artikel ini, saya mendapatkan klien seorang ibu yang sudah lama memiliki keinginan kronis untuk mengakhiri hidupnya. Pikiran tersebut sering sekali muncul setiap hari. "Kalau tidak mengingat anak, mungkin saya sudah pergi, Pak," kisahnya sambil tersenyum tipis. Perilaku yang menurut saya sudah harus mendapatkan perhatian serius, karena meskipun menceritakan kisah sedih dan di sudut mata ada titik air mata, tetapi mulut menyanggirkan senyuman. Tanda antara berbagai perilaku sudah tidak sinkron lagi.

Kisah ibu ini mengingatkan kembali pengalaman saya mendampingi ibu lain, belasan tahun yang lalu, yang juga ingin mengakhiri hidupnya karena mendapati anaknya menggunakan narkoba. "Saya telah gagal menjadi ibu untuk anak saya," begitu ceritanya sambil menangis. Setiap hari, ketika ibu ini berangkat melewati sungai dari rumah ke tokonya dengan berjalan kaki, ia selalu tergoda untuk menerjunkan diri ke dalam sungai. Godaan tersebut semakin kuat sehingga membawanya untuk bertemu dengan psikolog.

Data fenomena bunuh diri di Indonesia

Kasus bunuh diri di Indonesia pada tahun 2020 dilaporkan berjumlah 670 (Onie, S., Daswin, A.V., et al., 2022). Diduga kasus yang tidak dilaporkan mencapai minimal 300-400% dari yang dilaporkan. Itu berarti, minimal ada sekitar 2.700 kasus yang terjadi pada tahun 2020.

Menurut WHO (2019) sekitar 800.000 orang meninggal akibat bunuh diri per tahun di dunia. Negara dengan angka bunuh diri tertinggi di Asia Tenggara adalah Thailand, dengan 12.9 (per 100.000 populasi), Singapura (7.9), Vietnam (7.0), Malaysia (6.2), Indonesia (3.7), dan Filipina (3.7).

Angka di atas cenderung meningkat dari tahun ke tahun. Cukup memprihatinkan, apalagi kelompok usia mudalah yang saat ini rentan untuk bunuh diri. Ini belum dihitung dengan usaha-usaha bunuh diri

tetapi tidak berhasil. Bayangkan, kalau semisal kasus bunuh diri di Indonesia dibulatkan menjadi sekitar 4 kasus yang dilaporkan, dikalikan 4 (400% yang tidak dilaporkan), itu berarti ada 16 kejadian bunuh diri per 100.000 populasi!

Bagaimana dengan bunuh diri di kalangan warga gereja? Kalau memperhatikan berita, ternyata pelaku bunuh diri di kalangan ini justru cukup banyak.

Beberapa bulan lalu, saya mengunjungi Toraja, salah satu daerah Kristen di Sulawesi Selatan. Toraja menjadi daerah dengan kejadian bunuh diri tertinggi di Sulawesi Selatan menurut teman-teman yang ada di sana. Pelakunya kebanyakan anak-anak muda juga. Apakah ini tanda pengajaran dan penggembalaan yang dilakukan selama ini kurang efektif?

Apa saja penyebab bunuh diri itu?

Bunuh diri disebabkan berbagai macam faktor, bukan hanya satu penyebab saja. **Merasa sendirian** atau **kesepian** menjadi salah satunya. **Relasi kurang harmonis** atau penuh konflik antar pasangan atau anggota keluarga dapat membuat yang bersangkutan merasa tidak memiliki dukungan dalam mengatasi persoalannya. "Kesepian meskipun berada dalam kerumunan," begitu kira-kira kalimat yang diucapkan oleh beberapa pelaku bunuh diri.

Masalah keuangan juga menjadi penyebab terjadinya bunuh diri. Terlilit hutang, dikejar-kejar rentenir, atau teror pinjaman *online* sering menjadi berita mengapa pelaku pada akhirnya memutuskan mengakhiri hidupnya. Gaya hidup yang tidak sesuai dengan pendapatan menjadi sumbernya. Jadi, tidak selalu mereka yang kesulitan keuangan tidak memiliki penghasilan yang baik. Persoalannya lebih pada ketidakmampuan untuk menyeimbangkan penghasilan dengan pengeluaran sehingga sebarang penghasilan akan selalu kurang untuk memenuhi keinginannya.

Penyakit kronis juga menjadi salah satu faktor yang memungkinkan individu untuk mengakhiri hidupnya. Sakit yang menahun, dengan berbagai macam prosedur medis menyakitkan yang dijalani, tetapi tidak membuahkan hasil. Berbagai kesulitan yang menyertainya juga menyebabkan yang bersangkutan menjadi putus asa dan memilih jalan pintas.

Pada mereka yang berusia muda, faktornya lebih bervariasi. Mulai dari **putus cinta** seperti kisah di awal, frustrasi karena **prestasi di sekolah tidak seperti**

yang diharapkan, sampai masalah dalam **pergaulan**. Namun, pelaku bunuh diri di kalangan anak muda umumnya berasal dari **keluarga yang tidak harmonis** bahkan *broken home*. Ayah dan ibu yang tidak pernah sehati dalam pengasuhan. **Pengasuhan yang tidak konsisten**, dan **kehilangan figur ayah** menjadi penyebab anak-anak muda lebih mudah memilih mengakhiri hidup mereka ketika mendapatkan masalah.

Sekali lagi, ketika individu memutuskan untuk mengakhiri hidup mereka, beberapa faktor di atas berinteraksi hingga yang bersangkutan akhirnya melakukan tindakan bunuh diri. Jadi bukan hanya dari satu faktor saja. Media seringkali melakukan penyederhanaan kasus, seolah hanya satu faktor yang menjadi penyebab. Hal inilah yang perlu kita sadari.

Apa yang bisa Gereja lakukan?

Klien-klien yang pernah datang kepada saya—entah dirujuk atau datang sendiri—mengkait kecenderungan dan pemikiran mereka yang mulai mengarah pada keinginan untuk bunuh diri, pada umumnya memang sudah sampai pada fase putus harapan. Mereka merasa sudah tidak ada lagi jalan keluar dari persoalannya. Mereka tidak berdaya menghadapi kehidupan. Bahasa psikologinya *learned helplessness*, belajar menjadi tidak berdaya.

Cara berpikir mereka umumnya hitam putih atau mengacu pada kesempurnaan sehingga bila melihat realita/lingkungan yang tidak sesuai dengan harapan mereka, mereka mudah frustrasi. Mereka juga mudah merasa bersalah dan sulit untuk memaafkan diri sendiri. Saya lalu teringat pada kisah Yudas Iskariot yang mengalami situasi yang sama lalu mengambil jalan bunuh diri karena perasaan bersalah yang sangat tersebut.

Tentu saja cara berpikir hitam putih, *perfectionist*, dan sulit memaafkan diri sendiri merupakan gejala mental yang kurang sehat. Pada akhirnya mereka menghidupi keyakinan bahwa kehidupan mereka hanyalah rangkaian penderitaan. Secara spiritual seringkali mereka mempertanyakan apa kesalahan dan dosa mereka sehingga layak diganjar dengan kesulitan hidup yang dialami, atau diam-diam mereka merasa Tuhan itu kejam dan tidak adil kepada mereka. Beberapa akhirnya memilih untuk mengundurkan diri dari gereja karena kecewa.

Celakanya dalam kasus-kasus semacam ini, seringkali sikap rohaniwan dan lingkungan agama adalah seperti para sahabat Ayub: menghakimi dalam selubung memberikan nasihat! Padahal gereja memiliki PR alias pekerjaan rumah yang besar terkait fenomena bunuh diri ini karena sedikit atau banyak,

cara berpikir dan keyakinan jemaat dipengaruhi oleh ajaran gereja. **Gereja perlu mulai memperbaiki ajarannya**, sehingga membantu jemaat untuk memiliki keyakinan yang sehat.

Suatu ketika seorang anak muda datang kepada saya. Ia seorang aktivis di gerejanya dan masih berstatus mahasiswa. Ia mengaku sudah mulai berpikir untuk mengakhiri kehidupannya karena dihantui rasa berdosa dan bersalah. Dia menjadi pribadi yang tidak mempercayai dirinya lagi, meskipun di panggung pelayanan ia tampak bersukacita dan pandai mengolah kata. Nampaknya, banyak ajaran gereja yang sudah mulai tercemari ragi Farisi sehingga tanpa disadari menjauh dari ajaran Yesus sendiri yang tidak menghakimi, tetapi sebaliknya mewartakan kabar sukacita dan pengampunan bagi dunia.

PR kedua, **gereja perlu sadar bahwa kegiatan pengajaran yang bersifat doktrinal** untuk masa sekarang ini **sudah harus mulai dievaluasi**, terutama untuk anak-anak muda. Memang betul, banyak niat untuk mengakhiri hidup pada akhirnya urung dilakukan karena takut kalau-kalau nanti masuk neraka. Namun di masa

depan, dengan kehidupan yang semakin pragmatis, ajaran-ajaran yang bersifat menakut-nakuti semacam itu akan menjadi kontraproduktif secara keseluruhan.

Karena itu, interaksi antar jemaat, juga antara jemaat dengan gembala yang bersifat interpersonal atau pengajaran yang reflektif mestinya mulai dikembangkan. Dunia pendidikan memberi istilah andragogi untuk model pengajaran yang baru tersebut, dilawankan dengan pengajaran tradisional yang lebih bersifat dogmatik dan satu arah.

Kelompok-kelompok kecil semacam KTB (kelompok tumbuh bersama) layak menjadi kegiatan yang perlu dipertahankan, tetapi dengan format seperti di atas. **Lebih bersifat reflektif, dialog, dan saling menguatkan** daripada meneruskan doktrin yang sudah diajarkan di mimbar. Beberapa klien yang juga terlibat dalam KTB dan akhirnya bertemu dengan saya, berangkat dari gereja-gereja yang justru merasa kelompok KTBnya tidak mengerti kondisi mereka dan malah menyudutkan dengan berbagai macam nasihat dan pengajaran yang tidak relevan. Gereja seharusnya menjadi tempat yang hangat dan nyaman bagi mereka.